

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal (usia 18-40 tahun) dipusatkan pada harapan-harapan masyarakat, salah satunya adalah memilih pasangan hidup (Havighust dalam Monks, 2001:62), yang selanjutnya akan diteruskan pada proses membentuk dan mengelola sebuah rumah tangga. Tingkat penguasaan tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal tersebut akan mempengaruhi tingkat keberhasilan di usia madya dan juga akan menentukan kebahagiaan individu pada saat itu maupun selama tahun-tahun akhir kehidupan mereka (Hurlock, 1990:246). Akan tetapi apabila individu gagal menimbulkan perasaan cemas, rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya (Hurlock, 1992:9).

Namun pada kenyataannya tidak semua individu berhasil menyelesaikan tugas perkembangan pada tahap ini. Ada beberapa individu yang memilih untuk tetap melajang. Lajang atau *single* adalah seseorang yang tidak pernah menikah atau seseorang yang tidak dalam hubungan romantis yang eksklusif (Wikipedia, 2007, *Single Relationship*, para.2). Sedangkan Cargan dan Melko (dalam Sugianto, 2000:70) mendefinisikan orang lajang sebagai pria dan wanita berusia 25 tahun ke atas, tidak pernah menikah atau yang bercerai, dan tidak mempunyai tanggung jawab pemeliharaan anak.

Data-data di Indonesia menunjukkan bahwa jumlah orang-orang lajang kian tahun kian meningkat. Di wilayah DKI Jakarta berdasarkan hasil sensus penduduk tahun 1980 dan 1990 (Biro Pusat Statistik, 1992) juga terlihat adanya kenaikan jumlah orang lajang, yang disertai penurunan jumlah orang menikah (dalam Sugianto, 2000:1). Hal ini terkait dengan adanya perubahan masyarakat tradisional menjadi masyarakat industri modern yang membuka peluang bagi wanita untuk mengejar karir dan sebagian diantaranya menunda usia untuk menikah. Psikolog sosial Prof. Dr. Sutardjo A. Wiramihardja menilai semakin banyak populasi yang melajang sebagai akibat semakin banyak sektor kehidupan yang membuka peluang untuk memikirkan diri sendiri (Uci Anwar, 2006, *Mereka Yang Memilih Melajang*, para.8). Jadi, perubahan zaman telah membuat sebagian wanita di kota-kota semakin percaya diri dan mandiri karena kesetaraan pendidikan, kesempatan kerja, penghasilan yang bagus, dan luasnya wawasan.

Berbagai alasan yang melatarbelakangi wanita karir masih melajang antara lain: persaingan di dunia karir berakibat tak ada waktu untuk mencari pasangan hidup, punya sifat pemalu atau sulit bergaul, trauma kegagalan rumah tangga orangtua atau orang-orang terdekat, akibat dari pengalaman pahit (hubungan pacaran yang berakhir), atau tidak mendapatkan jodoh yang cocok, tidak sesuai dengan kriteria ideal yang diinginkan perempuan karir lajang yang umumnya sudah mapan kehidupannya (Herry/ Dava/ Ryan, 2005, *Ingin Normal, Waswas, lalu Pasrah*, para.2). Sosiolog Farida Hanum juga menegaskan bahwa rata-rata wanita karir berkemauan keras dan memiliki ambisi untuk meraih serta mengejar target-target dalam karirnya. Tempat wanita bekerja mengejar karir salah satunya

adalah adalah di bank. Sistem manajemen bank yang jelas untuk setiap jabatan, gaji yang cukup besar, dan terutama adanya jenjang karir membuat banyak wanita berminat untuk bekerja di bank. Rutinitas pekerjaan yang cukup padat dan sibuk membuat orang-orang yang bekerja di bank berusaha keras mengejar target-target sehingga beberapa diantaranya lupa waktu untuk mencari pasangan. Namun, ketika wanita lajang menghadapi kenyataan banyak teman yang sudah menikah dan bahkan diantaranya ada yang telah memiliki anak, wanita lajang menyadari bahwa mereka belum memiliki pasangan hidup. Akibatnya timbul perasaan cemas dalam diri wanita lajang tersebut.

Banyak risiko yang harus dihadapi dan sebagian wanita lajang mengalami kecemasan bila usia mereka secara normatif sudah cukup untuk menikah namun belum juga memiliki calon pasangan hidup yang pasti. Muncul ketakutan dalam diri mereka apakah masih mempunyai kesempatan untuk mendapatkan pasangan di usia mereka yang tidak lagi muda terlebih keluarga menginginkan agar segera menikah. Berikut ini pengakuan 2 orang wanita karier yaitu Leila (30 tahun) dan Lidya (34 tahun), yang mengalami tekanan akibat status lajangnya:

Leila:

“Masalah saya kelihatannya sepele dan sangat umum terjadi, tetapi bagi saya termasuk kategori *extremely urgent*, karena sudah sangat mengganggu. Tidur jadi tidak nyenyak, kerja tidak tenang, dada berdebar-debar, dan napas sering sesak. Saya sudah beberapa tahun bekerja dan akhir tahun ini akan berusia 30 tahun. Dua tahun yang lalu cita-cita saya masih setinggi langit, dan tekad yang mendorong semangat usaha saya adalah ingin meraih sesuatu yang lebih dari sekarang. Akan tetapi ketenangan hidup saya terganggu oleh kenyataan bahwa perempuan tidak akan lengkap hidupnya tanpa berkeluarga. Keluarga juga mulai rajin bertanya kapan saya menikah, mengingat usia saya tak lagi muda. Saya jadi panik. Saya sudah berusaha menerangkan bahwa segala sesuatu itu ada yang mengatur, termasuk kapan

datangnya jodoh untuk saya, tetapi mereka tidak mau mencoba untuk mengerti”.

Lidya:

“Dulu saya pernah pacaran serius, bukan cinta monyet. Kami pernah merencanakan untuk menikah, tetapi gagal, sebab ia merasa tidak “layak” untuk saya dan keluarga saya. Memang latar belakang kami begitu berbeda. Saya sudah berprestasi dan sudah “*go internasional*”. Sementara dia dan keluarganya masih “tradisional”. Saya benar-benar terluka. Saya mulai bertanya-tanya dan sedikit menyesali anugerah yang membuat saya menjadi seolah “tinggi” dibandingkan laki-laki umumnya. Padahal saya merasa sebagai *ordinary girl*, saya juga ingin pacaran, ingin *belong to somebody*. Apalagi keluarga menginginkan saya agar secepatnya menikah, mengingat umur saya yang semakin bertambah. Saat keluarga mencecar dengan berbagai pertanyaan seputar pasangan hidup, saya merasakan perasaan sedih yang mendalam”.

(n.n., 2005, *Curhat Wanita “Single”*, para.12)

Dari kutipan tersebut terlihat bahwa meskipun karir mereka bagus, namun mereka tetap mencemaskan masa depan mereka yang belum juga memiliki pasangan. Perasaan takut dan cemas tersebut semakin memuncak ketika usia wanita lajang menginjak 30 tahun. Akibatnya muncul perasaan ketidakmampuan diri untuk mendapatkan pasangan.

Melajang memiliki beberapa keuntungan yang tidak dapat dimiliki mereka yang sudah menikah, diantaranya: memiliki kesempatan lebih sukses dalam karier karena praktis tidak ada tuntutan untuk membagi konsentrasi dengan hal lain, mempunyai privasi, kebebasan dalam menjalani hidup, pengaturan waktu, pencapaian tujuan hidup, kebebasan untuk membuat keputusan secara mandiri, dan lebih banyak waktu untuk memanjakan diri (William Gunawan, 2006, *Menjadi Jomblo-Jomblo Bahagia*, para.15). Di samping keuntungan, hidup melajang juga memberikan kondisi dan masalah-masalah bagi mereka yang

menjalannya. Budaya yang ada di Indonesia memberikan stereotipe negatif terhadap wanita yang masih melajang, terutama yang telah berusia 30 tahun karena dianggap menyimpang dari norma umum masyarakat. Darso Arief. B mengemukakan pendapatnya mengenai budaya di Indonesia sebagai berikut:

“Dalam masyarakat patriarki seperti kita ini, masih ada perbedaan dalam memandang laki-laki dan perempuan yang masih melajang. Laki-laki tidak terlalu dituntut untuk secepatnya menikah, malah ada kesan masyarakat mendiamkan saja. Ini mungkin karena ada anggapan laki-laki tidak mengenal batas usia subur. Lain halnya dengan perempuan, makin tua makin berkurang kesuburannya. Perempuan yang berusia 30 atau lebih dan belum menikah, masyarakat langsung memberi label yang kurang mengenakan seperti, tidak laku, perawan tua, kebanyakan memilih, dan sebagainya. Peluang mencari pasangan hidup bagi laki-laki yang berusia lanjut relatif lebih besar dibanding kaum perempuan” (Darso Arief. B., n.d., *Hidup Menjelang Pilihan Atau Takdir*, para. 4).

Pendapat tersebut menunjukkan kondisi berbeda yang dialami antara pria lajang dan wanita lajang. Memilih-milih pasangan tidaklah dianggap tepat bagi wanita lajang yang berusia 30 tahun atau lebih karena adanya anggapan bahwa perempuan makin tua makin sulit untuk mendapatkan pasangan hidup dibandingkan laki-laki. Oleh karena itu wanita lajang lebih dituntut untuk secepatnya menikah karena bila tidak akan muncul stereotipe-stereotipe negatif yang melekat pada diri wanita lajang tersebut

Selain budaya, lingkungan sekitar juga turut memberikan andil yang besar terhadap timbulnya kecemasan pada wanita lajang berupa tekanan sosial dari berbagai pihak di antaranya datang dari orangtua, teman-teman, dan sanak keluarga. Desakan-desakan untuk secepatnya menikah, dicerca pertanyaan-pertanyaan seputar pasangan hidup, dibanding-bandingkan dengan wanita sebaya atau bahkan yang lebih muda tetapi sudah menikah adalah bentuk-bentuk tekanan

sosial yang dapat membuat diri wanita lajang tersebut lambat laun merasa dipojokkan, tidak berharga, dan hilang kepercayaan diri. Hal ini terjadi karena di satu sisi ia belum memiliki pasangan yang dapat dijadikan sebagai pendamping hidupnya, sedangkan di sisi lain dalam dirinya memiliki keinginan untuk memperoleh pasangan dan akhirnya menikah. Tekanan-tekanan yang dirasakan terus-menerus oleh wanita-wanita tersebut membuat mereka semakin cemas terhadap masa depannya untuk memperoleh pasangan.

Kecemasan seperti yang disebutkan di atas merupakan perasaan khawatir terus-menerus dan berlebihan. Kecemasan timbul karena orang tidak mampu menyesuaikan diri dengan dirinya, dengan orang lain, dan dengan lingkungan sekitar (Darajat, 1985:29). Akibatnya kecemasan ini akan mengganggu kehidupan wanita lajang, tidak hanya diri sendiri tetapi juga mempengaruhi kehidupan sosialnya. Beberapa contoh efek dari kecemasan tersebut adalah seperti yang dituturkan oleh Leila yang merasa tidur menjadi tidak nyenyak, kerja tidak tenang, dada berdebar-debar, dan napas menjadi sesak. Hal ini sesuai dengan pendapat Tallis (1992:18) jika orang merasa cemas tentang salah satu bidang kehidupan maka ia akan cenderung membawa rasa cemas itu kemana saja mereka pergi, misalnya orang yang cemas tentang pergaulan juga cenderung cemas tentang situasi pekerjaannya.

Saat wanita lajang merasa cemas dengan masa depannya yang belum juga memiliki pasangan, mereka membutuhkan dukungan sosial dari lingkungannya. Dukungan sosial sangat bermanfaat untuk memberikan dorongan semangat, perasaan dihargai, dan diterima oleh lingkungan sehingga kecemasan yang

dirasakan dapat diminimalisir. Berikut pengakuan seorang wanita lajang yang merasakan dampak dari dukungan sosial:

Desy:

“Sebenarnya aku jenuh dan bosan dengan semua pertanyaan dan kata-kata yang diajukan orang-orang tentang siapa pasanganku. Untungnya aku memiliki ibu yang selalu mengerti aku. Ibu tahu aku paling benci dituduh dan diberondong dengan pertanyaan-pertanyaan yang mendesakku untuk segera menikah. Ibuku terus membesarkan hatiku dan selalu berkata apapun yang orang katakan, aku jangan terpengaruh. Selalu yakin dan terus berdoa, aku pasti mendapatkan jodoh yang baik. Ibu selalu berpesan jangan berkecil hati untuk terus berusaha dan membuka diri ke laki-laki. Perhatian ibu membuatku bahagia dan merasa percaya diri”

(n.n., 2007, *Kesal ditanya terus kapan menikah*, para. )

Dukungan sosial adalah pertukaran interpersonal dimana seseorang saling memberikan bantuan pada orang lain; perasaan diperhatikan, dicintai, dihargai, dan dipercaya oleh orang lain (Sears, Peplau, dan Taylor, 1991:502). Ditambahkan pula oleh Smet (1994:135) yang mengatakan apabila seseorang merasa didukung oleh lingkungan, segala sesuatu dapat menjadi lebih mudah pada saat mengalami peristiwa-peristiwa yang menegangkan.

Bentuk-bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dan teman-teman kepada para wanita lajang ini antara lain: dijodohkan, mendengarkan curahan hati wanita lajang, membesarkan hati dan memberikan dorongan semangat untuk mencari pasangan, mengajak untuk bergabung dalam berbagai kegiatan. Melalui konsultasi tanya jawab di media cetak, dapat diketahui bahwa dukungan sosial sangat besar artinya bagi individu lajang dalam menghadapi kecemasan untuk mendapatkan pasangan hidup. Contohnya, permasalahan yang dialami oleh 2 orang wanita lajang bernama Gadis (30 tahun) dan Summa (32 tahun) berikut ini:



Gadis:

“Saya Gadis, 30 tahun, single, diumur yang bisa dikatakan “cukup”, saya belum menikah. Saya sempat berpacaran dua kali tetapi gagal dan membuat saya merasa kecewa. Di lingkungan kerja dan tempat tinggal, banyak sekali teman dan kerabat yang bertanya, diumur 30 tahun ini kenapa belum menikah. Pertanyaan mereka yang berulang-ulang membuat saya lama-lama menjadi cemas dan tidak nyaman. Namun saya bahagia dan bersyukur memiliki keluarga yang sangat memahami kesedihan dan kekecewaan saya. Mereka tidak memaksa saya untuk menikah buru-buru, harus pelan namun pasti. Tetapi saya tahu sekali bahwa jauh di lubuk hati mereka ingin melihat saya segera menikah, terutama ibu yang selalu menunjukkan wajah kesedihan setiap kali bertemu dan ngobrol berdua. Ibu sangat tahu bahwa saya lelah menghadapi semua ini. Saya sadar bahwa sudah waktunya mencari pasangan hidup tapi saya takut dan ragu masih adakah pria yang tertarik dan mau menerima saya apa adanya setelah keterpurukan hati karena kegagalan cinta...”

(n.n., 2006, *Adakah Kesempatan Untuk Saya*, para.2)

Summa:

“Sampai sekarang saya belum menikah, karena dulu keasyikan bekerja sehingga lupa umur. Baru saya sadar karena usia sudah berkepala tiga. Sebelum itu kalau ada lelaki yang berminat pada saya dan mempunyai kekurangan sepele saja, saya tidak menerimanya. Padahal kalau sekarang pasti saya akan cari jalan pemecahannya atau saya terima kekurangannya yang sepele tersebut. Ketika menginjak usia 30 tahun, saya mulai stress dan berusaha secara maksimal untuk mencari calon pasangan hidup, tetapi saya selalu gagal dalam arti jarang bertemu pemuda lajang. Yang melegakan orangtua dan teman-teman memaklumi kelajangan saya. Mereka tidak memvonis buruk saya dan menganggap masalah kelajangan ini adalah urusan Tuhan. Mereka berusaha memahami bahwa saya sudah berusaha keras dan meyakinkan kalau memang sudah jodoh, tentu suatu saat akan dipertemukan”. (Christanti Budiman, 2004, *Konsultasi Psikologi: Si Gadis Lajang*, para.1)

Dalam kedua kasus tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang terdekat individu yaitu keluarga dan teman-teman sangat dibutuhkan oleh wanita lajang dalam menghadapi kecemasannya. Tanpa adanya dukungan sosial, ke depannya individu akan mengalami kecemasan yang terus-menerus dan mengganggu aktivitas kesehariannya terutama pada wanita

lajang yang bekerja. Pikiran menjadi tidak tenang, kepercayaan diri menurun, mempengaruhi kehidupan sosialnya (baik di tempat kerja maupun lingkungan sekitar), dan yang parah dapat menyebabkan stress.

Penelitian-penelitian mengenai dampak hidup melajang bagi wanita bekerja telah menjadi perhatian banyak pihak, terbukti adanya penelitian-penelitian terdahulu yang membahas tentang status lajang. Namun penelitian-penelitian tersebut kebanyakan difokuskan pada variabel *psychological well-being*, persepsi terhadap perkawinan, dan kecemasan terhadap status lajang (Sugianto, 2000:67; Meiyuntariningsih, et, al, 2001:33; Chandra, 2006:56). Merujuk dari penelitian-penelitian tersebut, maka belum terlihat adanya penelitian yang membahas tentang kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup pada para wanita lajang. Di sisi lain, berdasarkan artikel-artikel di koran dan fenomena di masyarakat terlihat bahwa banyak wanita lajang yang merasa cemas dengan masa depan mereka yang tidak kunjung mendapatkan pasangan meskipun cukup banyak yang mampu mengendalikan kecemasan karena adanya dukungan sosial dari orang-orang terdekat. Dengan demikian peneliti tertarik untuk meneliti guna mengetahui sejauhmana hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup pada wanita lajang yang bekerja.

## **1.2. Batasan Masalah**

Agar cakupan wilayah penelitian tidak meluas, maka dilakukan batasan-batasan terhadap masalah yang diteliti sebagai berikut:

1. Banyak faktor yang mungkin dapat mempengaruhi kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup, tapi penelitian ini hanya meneliti faktor dukungan sosial yang diperkirakan mempunyai hubungan dengan kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup.
2. Dukungan sosial difokuskan pada dukungan sosial yang diperoleh individu dari keluarga dan teman-teman yang meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.
3. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup pada wanita lajang yang bekerja, maka dilakukan suatu penelitian korelasional, yaitu penelitian untuk menguji ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung.
4. Agar wilayah penelitian lebih jelas, maka yang akan digunakan sebagai subyek dalam penelitian ini adalah wanita lajang (belum menikah dan tidak dalam hubungan romantis yang eksklusif) yang bekerja di bank, memiliki batasan usia 27-40 tahun, dan berada di wilayah Surabaya Utara. Pemilihan daerah penelitian di Surabaya Utara dengan alasan wilayah ini memiliki akses seperti dekat pusat perbelanjaan, pendidikan, banyaknya perkantoran-perkantoran yang membuat banyak orang memilih untuk bermukim dan bekerja di daerah ini sehingga memudahkan peneliti untuk mengambil data.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah dan batasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup pada wanita lajang yang bekerja?”

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dirancang dengan tujuan mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup pada wanita lajang yang bekerja.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

Dari penelitian yang dilakukan, diharapkan akan memperoleh manfaat sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan teori di bidang psikologi terutama psikologi sosial yaitu teori tentang kecemasan dan dukungan sosial, serta psikologi perkembangan yaitu teori-teori tentang tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada masyarakat bahwa pemberian dukungan dari lingkungan sekitar dapat mengurangi kecemasan yang dialami dalam diri wanita lajang.

**b. Keluarga**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada keluarga yang memiliki seorang anggota yang masih lajang dalam menyikapi kesulitan-kesulitan yang dihadapi serta dapat memberikan dukungan sosial yang diperlukan.

**c. Wanita Lajang**

Bagi wanita lajang, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman untuk dapat meminimalisir kecemasan tidak mendapatkan pasangan hidup yang banyak dialami oleh wanita lajang.